



*Aspirin* eignet sich NICHT als Medikament, da der enthaltene Wirkstoff Acetylsalicylsäure das Blut längerfristig verdünnt. Sollte sich herausstellen, dass eine OP ansteht, besteht durch die Einnahme erhöhte Blutungsgefahr.

Für *homöopathischen Mittel* Globuli & Schüssler Salze lassen Sie sich am besten vorsorglich vom Apotheker / Heilpraktiker beraten.

Unsere Schmerztablettenempfehlung:  
**„Paracetamol“ oder „Ibuprofen“**  
 Beachten Sie unbedingt die Packungsbeilage

## Effektive Hausmittel für eine zügige Linderung

Schmerzen sind immer ein Warnsignal Ihres Körpers. Das Problem zu lokalisieren ist manchmal schwer. Ignorieren Sie es aber nicht! Kommen Sie so schnell wie möglich zu uns, um die Ursache zu finden. Rufen Sie uns auch an, wenn Sie nachts starke pulsierende Schmerzern hatten, bei denen kein

handelsübliches Schmerzmittel half und am nächsten Tag sich scheinbar alles in Wohlgefallen aufgelöst hat. Eine typische Symptomatik, die häufig mit einer Dicken Backe endet. Wir haben täglich eine eingeplante Schmerzsprechstunde, sollten Sie aber akut Leiden, hier in paar Tipps:

*wirksame Verhaltensregeln* Drosseln Sie die Durchblutung im entzündeten Gebiet, indem Sie den Kopf hoch lagern + mit einem feuchten Tuch oder eingeschlagenem Eisbeutel leicht kühlen. Bei Entzündungen grundsätzlich auf Wärme verzichten, anderenfalls könnte es noch die Beschwerden verstärken.

*unbedingt meiden alle Genussmittel* Kleine Ausnahme: „hochprozentiger Alkohol“, jedoch nicht zum Trinken, sondern um Bakterien abzutöten – nur zum Mundspülen. Das ist explizit für Kinder keine geeignete Methode!

*Wirkstoff → Eugenol\* gem. Gewürznelke* Reiben Sie die schmerzende Stelle vorsichtig mit Nelkenöl\* ein. Alternativ zerkauen Sie Gewürznelken\* in der Nähe des schmerzenden Zahnes; alle 2-3 Std. 1-2 Nelken. Auch bei Verlust einer Füllung, wirkt + schützt gleichzeitig eine in das Loch gesteckte Nelke.

*Ätherische Öle im Zwiebelpäckchen* Rohe Zwiebeln würfeln, in ein sauberes Taschen- o. Mulltuch wickeln und auf die schmerzende Wange legen.

\*Warnhinweis: Eugenol kann den Zahnnerv abtöten. Eugenol ist bei Allergikern mit Vorsicht anzuwenden.

*Apotheke Natur* Umschlag aus frischen Wirsingblättern; Mittelrippe entfernen und die Blätter kräftig walken. Die Blätter danach auf ein Geschirrtuch geben und auf die Wange aufdrücken.  
 → Getrocknete Rosmarinblätter oder Steinklee verschaffen gekaut risikoarme Linderung

*„Kummerfrei“ Teemischung* Aufkochen 15 Min. ziehen lassen und nur lauwarm trinken.

Enthält: Pfefferminz (2 Teile) Johanniskraut (4 Teile) Melisse sowie etwas Quendel und Baldrian

Alternativ: Salbei- oder Kamillentee natürlich ungesüßt trinken und auch als Mundspülung.

*vorsorglich in der Nordseepraxis erhältlich!*

*spülen mit Teebaumöl* etwas verdünnen, bevor Sie den Mund gründlich damit spülen. Teebaumöl kann nachts besonders lindernd wirken.  
*vorsorglich in der Nordseepraxis erhältlich!*



» Nachblutung